



Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию Санкт-Петербурга
Государственное бюджетное нетиповое образовательное учреждение
Детский оздоровительно-образовательный
туристский центр Санкт-Петербурга
«Балтийский берег»

**Методические рекомендации
по социальной адаптации детей и
подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации**

Автор-составитель - Ожиганова Ю. М.
заведующая сектором
образовательной деятельности в ДООЛ
ГБНОУ ДООТЦ СПб «Балтийский берег»

Санкт-Петербург
2026

Оглавление

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Социальная адаптация детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации»	3
Пояснительная записка	3
Актуальность программы	3
Преимственность и новизна программы	4
Педагогическая целесообразность	5
Принципы реализации программы	6
Цель, задачи, ожидаемые результаты, критерии и способы оценки качества реализации программы	7
Структура и механизмы реализации программы	8
Блок I «Психологическое сопровождение»	9
Концептуальные положения блока психологического сопровождения	9
Цель блока психологического сопровождения:	11
Задачи блока психологического сопровождения:	11
Модуль групповой психокоррекционной работы	11
Учебно-тематический план	11
Содержание программы	12
Методическое обеспечение психологического сопровождения	16
Модуль индивидуальной психокоррекционной работы	25
Блок II. Педагогическое сопровождение	28
Модуль «Повышение правовой грамотности»	28
Методическое обеспечение	29
Модуль «Формирование базовых знаний по финансовой грамотности»	29
Модуль «Гигиеническое воспитание детей и молодежи»	31
Модуль «Профилактика инфекционных заболеваний»	31
Модуль «Приобщение к здоровому образу жизни»	32
Блок III Медицинское сопровождение	34
Актуальность блока медицинского сопровождения.	34
Цель блока медицинского сопровождения	36
Задачи блока медицинского сопровождения	36
Основные направления оздоровительной деятельности:	36
Разработка и реализация специальных программ оздоровления детей, страдающих хроническими заболеваниями, на период пребывания в организации отдыха и оздоровления	38
Санитарно-просветительская работа с детьми	41
Блок IV «Социальное сопровождение»	41
Модуль «Профилактика употребления ПАВ»	44
Приложения	Error! Bookmark not defined.
Литература	Error! Bookmark not defined.
Глоссарий	Error! Bookmark not defined.

Концептуальные основы программы _____ Error! Bookmark not defined.

Карта стандартизированного наблюдения за воспитанником ДООЛ _ Error! Bookmark not defined.

Памятки педагогам _____ Error! Bookmark not defined.

Подростки с поведением, отклоняющимся от общепринятых норм _____ Error! Bookmark not defined.

Подростки демонстративного типа поведения (привлекающие к себе внимание любыми способами) Error! Bookmark not defined.

Застенчивые дети _____ Error! Bookmark not defined.

Дети с повышенной активностью _____ Error! Bookmark not defined.

Дети с проявлениями агрессивного поведения _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Подростки с аддиктивным поведением» _____ Error! Bookmark not defined.

Признаки употребления психоактивных веществ подростками _____ Error! Bookmark not defined.

Порядок действий педагогов при подозрении употребления подростками психоактивных веществ _ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Профилактика суицидальных намерений и попыток среди подростков» _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Действия педагога при инцидентах и кризисных ситуациях» _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Действия педагога, направленные на избежание конфликтных ситуаций в ходе соревнований» _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Развитие лидерского потенциала в подростковой среде» Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Организация конструктивного взаимодействия с родителями подростков» _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка для родителей «Как разговаривать с ребёнком по телефону?» _____ Error! Bookmark not defined.

Памятка педагогам «Как сообщить родителям негативную информацию о ребёнке» _____ Error! Bookmark not defined.

Ведение телефонных и личных переговоров с родителями в критической ситуации _____ Error! Bookmark not defined.

Справочный материал для проведения санитарно-просветительской работы с детьми в ДООЛ _____ Error! Bookmark not defined.

Правила личной гигиены _____ Error! Bookmark not defined.

Питьевой режим ребенка и подростка в лагере _____ Error! Bookmark not defined.

Вред и польза солнца _____ Error! Bookmark not defined.

Роль утренней зарядки для укрепления здоровья _____ Error! Bookmark not defined.

Гигиена питания в детском лагере _____ Error! Bookmark not defined.

Выбор полезной пищи для здоровья _____ Error! Bookmark not defined.

Беседа об опасности употребления скоропортящихся продуктов _____ Error! Bookmark not defined.

Необходимость закаливания организма. Способы закаливания. _____ Error! Bookmark not defined.

«Компьютер и здоровье» _____ Error! Bookmark not defined.

О пользе витаминов для детей _____ Error! Bookmark not defined.

Беседа о профилактике вредных привычек _____ Error! Bookmark not defined.

Органы слуха. Гигиена органов слуха. _____ Error! Bookmark not defined.

Гигиена органов обоняния _____ Error! Bookmark not defined.

Беседа «Аллергия» _____ Error! Bookmark not defined.

Профилактика кишечных заболеваний _____ Error! Bookmark not defined.

Профилактическая беседа с педагогами и вожатыми "Педикулез и чесотка" _ Error! Bookmark not defined.

Беседа «Профилактика бешенства» _____ Error! Bookmark not defined.

Беседа с вожатыми о правилах защиты от жалящих и кровососущих насекомых _Error! Bookmark not defined.

Беседа с воспитанниками о карантинных растениях и ядовитых грибах _____ Error! Bookmark not defined.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Социальная адаптация детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации»

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Социальная адаптация детей и подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации», является комплексной программой социально-гуманитарной направленности. Разработанная в 2022 и апробированная в 2023 году, программа описывает основополагающие подходы к организационной работе с данной категорией обучающихся ДООЛ ГБОУ «Балтийский берег». На сегодняшний день в структуру ГБОУ «Балтийский берег» входят три лагеря: ДООЛ «Солнечный», ДООЛ «Заря» и ДООЛ «Молодежное» (далее — ДООЛ). Каждый из ДООЛ имеет свою историю, свой опыт работы с данной категорией детей и подростков.

Актуальность программы

В последнее десятилетие обеспечение благополучного и безопасного детства стало одним из основных национальных приоритетов Российской Федерации. В Российской Федерации задачей государственной важности является создание условий для полноценного физического, интеллектуального, духовного, нравственного и социального развития детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (далее — ТЖС), подготовки их к самостоятельной жизни в современном обществе. Для этого предусмотрено комплексное осуществление мероприятий, как на федеральном уровне, так и на уровне субъектов федерации, направленных на формирование и реализацию государственной политики по отношению к детям, оставшимся без попечения родителей, и обеспечивающих их социальную защищенность, профессиональную подготовку, трудоустройство и полноценную интеграцию в общество.

С 2018 года реализуется программа «Десятилетие детства», направленная на совершенствование государственной политики в области защиты детства, которая была принята по инициативе Президента РФ В.В. Путина в 2017 году и рассчитана на период с 2018-2027 года. Новая программа принималась на смену национальной стратегии действий в интересах детей, которая работала в России в 2012-2017 годах. Большинство мероприятий данной программы так или иначе затрагивает деятельность по улучшению ситуации детей,

находящихся в трудной жизненной ситуации, и не только финансовой поддержки семей, через систему социальных пособий и льгот, но улучшение их качество жизни, через в том числе предоставления возможностей качественного отдыха и оздоровления в каникулярный период.

На наш взгляд каникулы, это не просто время для отдыха в психологически и физически комфортных условиях, но и в идеале, время социальной адаптации ребенка или подростка к жизни в обществе и формирования у него не только социально одобряемого поведения, но и духовно-нравственных ценностей, соответствующих ценностным ориентирам Российского общества. Для этого необходимо создание специальной воспитательной среды, а также системы сопровождения каждого из воспитанников.

Программа опирается на идеи следующих документов:

- Конвенция ООН о правах ребенка;
- Конституция РФ (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законам РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 № 6-ФКЗ, от 30.12.2008 № 7-ФКЗ, от 05.02.2014 № 2-ФКЗ, от 21.07.2014 № 11-ФКЗ);
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 № 273-ФЗ);
- Национальный проект «Образование»;
- Федеральный закон «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации» (от 23.06.2016 № 182-ФЗ);
- Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России-М.: Просвещение, 2009;
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, утвержденной Указом Президента Российской Федерации от 31.12.2015 № 683 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Методические рекомендации по организации отдыха и оздоровления детей (в части создания авторских программ работы педагогических кадров) Письмо Минобрнауки РФ от 26.10.2012 - №09-260;
- «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р);

Преемственность и новизна программы

У специалистов ГБОУ «Балтийский берег» накоплен большой опыт работы с обучающимися, относящимися к категории детей, находящихся в ТЖС. С 2004 по 2018 году на базе ДООЛ «Молодежное» круглогодично работал Центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции для подростков, склонных к употреблению ПАВ, где была разработана эффективная система немедицинской реабилитации и ресоциализации. В 2019 и

2020 году на базе ДООЛ «Солнечный» во внеканулярное время реализовывалась программа «Второй старт» профилактических смен для подростков (юношей и девушек), склонных к девиантному поведению. Здесь разработчиками впервые были синхронизированы групповые психокоррекционные занятия и воспитательные мероприятия, что позволяло закрепить теоретический материал. В 2020 году все три ДООЛ ГБОУ «Балтийский берег» работали с детьми и подростками, находящимися в ТЖС приехавшими на отдых из Пушкинского, Московского, Кронштадтского и других районов Санкт-Петербурга. В 2021 году это сотрудничество продолжилось с ДООЛ «Молодежное» и опять показало свою высокую эффективность. Новизна данной программы состоит в том, что она является с одной стороны результатом многолетней работы педагогического коллектива и поэтому описывает уже апробированные методики и технологии работы с данной категорией детей, предполагает впервые постоянный комплексный подход, а с другой стороны является скорее рамочным документом, позволяющим на основе изложенных в ней принципов и подходов разрабатывать индивидуальный маршрут социальной адаптации как для отдельных детей, так и для групп, имеющих схожие проблемы. По сути, будучи самостоятельным документом, данная программа является подпрограммой ДООЛ смены, если в контингенте данной смены есть дети, находящиеся в ТЖС.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность программы социальной адаптации детей и подростков, находящихся в ТЖС во многом обусловлена теми дефицитами и дисфункциями, которые наблюдаются у воспитанников и обычно обозначаются одним словом дезадаптация.

В условиях ДООЛ она может быть выражена в:

- несформированности коммуникативных навыков;
- повышенной тревожности;
- проявление немотивированной агрессии (физической, вербальной, невербальной) в том числе и аутоагрессии;
- повышенной конфликтности во временном детском коллективе;
- отсутствием мотивации к нахождению в ДООЛ, участию в программе;
- повышенной мобильностью эмоционально-волевой сферы;
- неадекватной самооценкой, а также множеством других проявлений.

Соответственно весь комплекс медико-психолого-педагогического сопровождения направлено на диагностику и дальнейшую коррекцию выявленных проблем. Для этого используются как методы фронтальной диагностики всех детей, находящихся в ТЖС так и при необходимости углубленная индивидуальная диагностика с разработкой групповых и индивидуальных адаптационных материалов. При этом используются различные технологии,

в том числе оздоровления на базе валеологического подхода, психокоррекции с использованием технологий тренинга, арт-терапией, телесно-ориентированной и танцевально-двигательная терапия, драматерапия, кейс-технологии. Специально подобранный инструментарий для мониторинга эффективности социальной адаптации позволяет проводить срезы, исследовать и корректировать индивидуальную программу воспитанника в процессе смены.

Следует отметить, что, говоря о социальной адаптации детей, находящихся в ТЖС в условиях организации отдыха детей и их оздоровления с другой стороны мы рассматриваем уровень непосредственной адаптации к правилам, традициям, складывающиеся временному детскому коллективу. Случаи дезадаптации на этом уровне почти сразу бросаются в глаза не только педагогу-психологу ДООЛ, но и воспитателю, вожатому, работающим на отряде. Соответственно данная программа направлена прежде всего на решение дефицитов и коррекции поведения ребенка или подростка, позволяющих ему успешно адаптироваться к условиям ДООЛ и отряда. Другой, более высокий уровень социальной адаптации, данной категории детей предполагает формирование у них социально-одобряемого поведения, установок на отказ от зависимого поведения в пользу здорового образа жизни и, в идеале, формирование системы духовно-нравственных ценностей. Работа с этим уровнем социальной адаптации гораздо более глубинная и требует специальных нравственных усилий. В некоторой степени этому способствуют как групповые психологические занятия, так и воспитательные мероприятия в рамках общелагерной программы. К сожалению образовательные результаты на данном уровне гораздо менее прогнозируемы. Вызывает большое затруднение их фиксация в связи с их отложенностью по времени, которое часто находится за временными рамками смены.

Принципы реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо использовать определенную группу принципов, составляющих целостную и неделимую основу программы.

1. *Принцип гуманизации отношений* – построение всех отношений на основе уважения и доверия к человеку, на стремлении привести его к успеху. Через идею гуманного подхода к подростку необходимо психологическое переосмысление всех основных компонентов педагогического процесса.

2. *Принцип системности* – продуманная логичная система вовлечения подростков в ту или иную деятельность.

3. *Принцип когнитивной адекватности* – максимальное соответствие форм, методов педагогической профилактики специфическим и возрастным особенностям подростков.

4. *Принцип единства* – единство оздоровительной, образовательной, воспитательной работы.

5. *Принцип успешности* – предоставление возможности каждому участнику программы возможности почувствовать себя успешным в том или ином виде деятельности.

6. *Принцип социокультурной адекватности* – отражение в программе свойственных обществу стандартов и норм поведения, закреплённого стиля отношений в семье и т.д.

Цель, задачи, ожидаемые результаты, критерии и способы оценки качества реализации программы

Цель программы: Организация психолого-педагогического и медико-социального сопровождения ребенка, находящегося в трудной жизненной ситуации, как способ адаптации к условиям детского оздоровительного-образовательного лагеря.

Задачи:

- Обучающие:
 1. Обучить подростков безопасному конструктивному поведению в обществе;
- Воспитательные:
 1. Воспитать потребность в здоровом образе жизни;
 2. Осуществить профилактику девиантного поведения;
- Развивающие:
 1. Создать условия для развития способностей подростка;
 2. Удовлетворить потребность подростков в общении, спортивной, творческой, познавательной и других видах деятельности;
 3. Развить коммуникативные, организаторские навыки, навыки групповой интеграции и навыки постановки цели, и планирования деятельности;
 4. Повысить самооценку подростков посредством создания ситуации успеха.

Ожидаемые результаты

Программа представляет собой гибкую модульную систему, включает в себя все этапы, необходимые для формирования навыков и ценностей социально-одобряемой личности.

№	Задачи	Ожидаемый результат	Критерии оценки
Обучающие			
1	Обучить подростков безопасному конструктивному поведению в обществе	Формирование и закрепление на бессознательном уровне сценарии поведенческого конструктивизма	- Снижение уровня вербальной и невербальной агрессии (Методика Басса-Дарки, Hand-тест); -повышение комфортности

			в коллективе (психодиагностические методики); -улучшение социометрических показателей
Воспитательные			
1	Воспитатель потребность в здоровом образе жизни	Сформированная потребность в ЗОЖ	Отказ от употребления ПАВ
2	Осуществить профилактику девиантного поведения	Коррекция поведения	Отсутствие противоправных действий
Развивающие			
1	Создать условия для развития способностей подростка	- Повышение интереса к различным видам деятельности; -Раскрытие талантов подростка	-Освоение нового вида деятельности; -Появление хобби; -Активная включенность в различные виды деятельности;
2	Удовлетворить потребность подростков в общении, спортивной, творческой, познавательной, и других видах деятельности;	-Расширение кругозора подростка; -Повышение активности в развитии; -Проявление мотивации к саморазвитию;	Уровень интеллектуального развития;
3	Развить коммуникативные, организаторские навыки, навыки групповой интеграции и навыки постановки цели, и планирования деятельности	-Появление у воспитанников четких, осознанных целей на будущее и плана их достижения, -Улучшение коммуникативных навыков; -Проявление проектов по организации собственной жизнедеятельности;	-Улучшение качества планирования и постановки цели; -Интегрированность подростка в реабилитационный процесс.
4	Повысить самооценку подростков посредством создания ситуации успеха	-Повышение самооценки; -Реальное осознание собственного Я, своих возможностей;	-Уровень самооценки; -Уровень личностных притязаний;

Структура и механизмы реализации программы

Особенностью данной программы является ее блочно-модульная структура и синхронизация различных модулей между собой в зависимости от этапа адаптации, на которой находится ребенок, подросток или временный детский коллектив.

По результатам многолетних наблюдений за социальной адаптацией в детском лагере выявлено три последовательных этапа:

- этап принятия норм и правил поведения;
- этап включения в программу смены: частичной или полной;
- этап социализации - появления у ребенка дружеских связей;

У каждого ребенка длительность этих этапов индивидуальная. Важно выявить признаки дезадаптации на каждом из этапов и предлагать такому воспитаннику индивидуальный маршрут сопровождения. Система сопровождения социальной адаптации детей, находящихся в ТЖС состоит из 4 блоков:

- блок психологического сопровождения;
- блок медицинского сопровождения;
- блок педагогического сопровождения;
- блок социального сопровождения.

В свою очередь каждый из блоков включает в себя как инвариантные (обязательные), так и вариативные модули из которых создаются групповые и индивидуальные маршруты сопровождения.

Блок I «Психологическое сопровождение»

Психолого-педагогическая работа с несовершеннолетними, находящимися в трудной жизненной ситуации, осуществляется с помощью блока психологического сопровождения, рассчитанного на 18 учебных часов.

Концептуальные положения блока психологического сопровождения

К традиционным видам психологической помощи относят: психологическое консультирование, психокоррекцию и психотерапию. Они представляют собой воздействие на различные стороны личности и имеют разнящиеся цели и способы, могут применяться отдельно и в сочетании.

Задачей психологической коррекции является выработка и овладение навыками оптимальной для индивида и эффективной для сохранения его здоровья, психической деятельности, способствующей личностному росту и адаптации человека в обществе. Выработка оптимальных навыков происходит в процессе тренингов, среди которых наиболее известны: аутотренинг, поведенческая (бихевиаральная) терапия, психодрама, транзактный анализ (Э. Берн).

Одной из эффективных форм коррекции отклоняющегося поведения является технологии бихевиоризма. Поведенческий подход имеет ряд преимуществ. Для него характерна концептуальная чёткость и относительная простота методов.

Сегодня в структуре поведения выделяют несколько взаимосвязанных уровней: мотивация, побуждающая к поведению; саморегуляция поведения; эмоциональные процессы, сопровождающие поведение; когнитивная переработка информации; внешне наблюдаемые проявления и действия.

Задачами психологического воздействия на отклоняющееся поведение личности могут выступать: формирование конструктивной мотивации; интеграция индивидуального опыта; выработка жизненно важных умений; расширение социальных связей и позитивного социального опыта личности; повышение уровня социальной адаптации; устранение дефицита в поведенческом репертуаре; усиление адаптивного поведения; ослабление или устранение неадекватного поведения; устранение изнурительных реакций тревоги; развитие способности расслабляться; развитие способности самоутверждаться; развитие эффективных социальных установок; развитие способностей к саморегуляции.

Социально-психологическое сопровождение поведения личности может осуществляться в форме интервенции. Психологическая интервенция – это психологическое вмешательство в личностное пространство для стимулирования позитивных изменений. Цель интервенции девиантного поведения личности состоит в ослаблении или устранении тех форм ее поведения, которые препятствуют социальной адаптации. В зависимости от целей интервенции выделяют три вида психотерапии:

1. поддерживающая психотерапия – обеспечивает поддержку имеющихся защитных сил и выработку новых более эффективных способов поведения;
2. переучивающая психотерапия – стремиться к изменениям поведения;
3. личностно-реконструктивная – нацелена на внутриличностные изменения через осознание интрапсихических конфликтов.

На принципах интервенции строится психотерапия со следующими основными группами методов:

1. *Стимулирование позитивной мотивации.* Стимулирование мотивации изменения поведения – главная задача терапии. Методиками работы в данном направлении являются: методика конфронтации клиента, приём оценки последствий девиантного поведения, методика проектирования будущего, методика естественных последствий поведения.

2. *Методы коррекции эмоциональных состояний.* Другим направлением работы является коррекция эмоциональных состояний. Поведение ребенка, находящегося в трудной жизненной ситуации сопровождается широким кругом негативных эмоций, особенно тревоги, страха и агрессии. Методы работы, применимые здесь – это методика систематической десенсибилизации Д.Вольпе, тренинг уверенности, метод наводнения или импловизная терапия. Рассмотренные методы могут сочетаться с игровой терапией, телесной терапией, гештальттехниками, психоаналитической терапией.

3. *Методы саморегуляции.* Саморегуляция начинается с формирования навыков релаксации, соответственно, самый распространённый метод работы – тренинг релаксации, основы которого разработаны Джекобсоном. Выделяют формы релаксации: методика

прогрессирующей мышечной релаксации, вербальная процедура релаксации, ментальная релаксация, дифференцированная релаксация, условная релаксация, аутотренинг, метод формирования стратегии самоконтроля.

4.Когнитивное переструктурирование. Наряду с эмоциональными проблемами и трудностями саморегуляции, причинами нарушения поведения могут быть искажения в когнитивных процессах, таких, как восприятие, установки, интерпретации, умозаключения и т. д. Приёмами работы здесь выступают: обращение внимания на противоречия в суждениях или рассказах, идентификация и коррекция дисфункциональных мыслей.

5.Методы угашения нежелательного поведения. Формы работы, наиболее распространённые здесь – это наказание, метод негативных последствий, авersive методы.

6.Методы формирования позитивного поведения. Наиболее эффективными методами формирования желательного поведения являются подкрепление, активное социальное обучение, тренинг уверенности, тренинг формирования коммуникативных навыков, тренинг резистентности к социальному давлению, тренинг разрешения конфликтов.

Наиболее известные методики, относящиеся к способам психологического консультирования это:

- рациональная психотерапия (П. Дюбуа, А. Эллис);
- логотерапия (В. Франкл);
- психология самореализации (А. Маслоу);
- позитивная терапия (Н. Пезешкиана);
- когнитивная терапия (А. Бек);
- психотерапия «здравого смысла»;
- аниципационный тренинг.

Цель блока психологического сопровождения:

Коррекция и развитие психологических качеств личности подростка как ресурс для социальной адаптации.

Задачи блока психологического сопровождения:

- ✓ способствовать гармонизации личности ребенка;
- ✓ содействовать коррекционно-развивающему воздействию на поведенческую сферу, развитию познавательных процессов ребенка;
- ✓ обучать конструктивному поведению;
- ✓ содействовать повышению коммуникативной культуры ребенка;
- ✓ обучать навыкам самопознания, самоконтроля и саморегуляции.

Модуль групповой психокоррекционной работы

Учебно-тематический план

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Вводное занятие, Социально-одобряемое поведение	1	3	4
2.	Развитие коммуникативных навыков	1	3	4
3.	Контроль эмоций	1	3	4
4.	Технология постановки цели	1	1	2
5.	Технологии самоорганизации	1	1	2
6.	Профорентация	1	1	2
7.	Внутренние ресурсы личности	2	2	4
8.	Технологии поведения в конфликте	1	3	4
9.	Технологии самоконтроля	1	3	4
	Итого:	7	11	18

Содержание программы

1. Вводное занятие. Социально одобряемое поведение

Знакомство участников группы. Введение правил. Адаптация участников к групповой работе

Знакомство участников группы друг с другом. Обсуждение правил групповой работы. Запуск процесса самораскрытия. Установление доверительных отношений между участниками занятия. Снижение уровня тревоги у подростков. Самораскрытие участников. Сплочение группы.

Определение приобретённых ценностей подростков. Ценности социально одобряемой личности

Понятие «Ценность». Выявление у подростков их жизненных ценностей. Осознание ценностей. Понятие «социально одобряемая личность». Обсуждение ценностей социально одобряемой личности. Формирование социально одобряемых ценностных ориентаций у подростков.

Формирование системы ценностей личности, приводящее к социально одобряемому поведению

Понятие «социально одобряемые модели поведения». Формирование у подростков социально одобряемых моделей поведения.

Развитие навыков социально одобряемого поведения

Понятие «Социальные нормы поведения». Функции социальных норм: регулятивная, оценочная, трансляционная. Формирование социальных норм поведения у подростков. Обыгрывание различных ситуаций.

2. Развитие коммуникативных навыков

Барьеры общения/ с чего начать общение. Вербальное и невербальное общение

Виды коммуникаций (обсуждение, какое бывает общение). Барьеры общения: вербализация, смысловой барьер, порог личностного восприятия, активный словарь, языковой барьер, шум. Отработка навыков эффективной коммуникации в процессе начала общения: улыбка, имя собеседника, комплимент. Средства общения. Понятие «вербального» и «невербального» общения. Овладение навыками вербального и невербального общения: общение при помощи слов, общение без использования слов – выражение лица, взгляд, поза, жесты и т.д.

Виды слушания. Этапы эффективной коммуникации

Понятие «виды слушания». Активное и пассивное слушание: поддержка, вопросы, парафраз. Овладение навыкам дискуссии. Мини-лекция: «Психологические особенности восприятия, обработки и передачи информации» (видео-презентация). Этапы процесса общения: переключение, установление психологического контакта, обмен речевыми сообщениями (зарождение идеи, кодирование и выбор канала, передача, декодирование), разрыв психологического канала.

Технологии эффективного приёма, обработки и передачи информации

Каналы общения: прямой, косвенный, управляемый косвенный. Техника понимающего общения. Механизмы обработки информации: идентификация, эмпатия и рефлексия, обратная связь, стереотипизация. Стереотипы восприятия: эффект проекции, эффект средней ошибки, эффект порядка, эффект ореола. Самоподача (управление вниманием партнёра): превосходство, привлекательность, отношение, актуальность.

Технологии высказывания и отстаивания своего мнения. Инструменты эффективной коммуникации

Виды психологического противостояния влиянию: контраргументация, конструктивная критика, энергетическая мобилизация, информационный диалог, творчество, уклонение, психологическая самооборона, игнорирование, конфронтация и отказ. Конструктивные способы воздействия на партнёра: заражение, подражание, формирование благосклонности, просьба. Деструктивные способы воздействия на партнёра: внушение, убеждение, принуждение, деструктивная критика, манипуляция. Эффект бумеранга.

3. Контроль эмоций

Знакомство с эмоциями

Понятие эмоции, виды эмоций, функции эмоций. Мини-лекция: «Условия возникновения эмоций», «Эмоциональные состояния» (видео-презентация).

Гнев и как с ним справиться. Как побороть страх

Понятие «гнев». Причины гнева. Виды гнева. Проявление гнева. Контроль гнева. Методы борьбы с гневом: сосредоточенность на физических ощущениях, расслабление дыханием, физические упражнения. Понятие «страх». Причины страха. Виды страха. Проявление страха. Управление страхом. Методы борьбы со страхом: поиск личностной причины того или иного страха, метод борьбы «от противного», дыхательная гимнастика от страха, рисунок страха.

Причины грусти и их устранение. Как настроить себя на позитивные эмоции

Понятие «грусть». Причины грусти. Проявление грусти. Техники работы с грустью, аутогенная тренировка. Техники позитивного настроения: аффирмация, визуализация, карта желаний, позитивное мышление.

4. Технология постановки цели

Что такое цель? Как научиться ставить цель?

Понятие «цель». Целеполагание. Мотив и цели. Побуждающее действие конкретных и общих целей. Зависимость побуждающей силы цели от числа детерминирующих ее мотивов. Побуждающее влияние близких и отдаленных целей. Структурирование целей: цель-мечта, долговременная цель, промежуточная цель, краткосрочная цель. Этапы постановки цели: визуализация (конкретизация), 8 шагов пути к цели, составление плана и определение времени на его выполнение.

Как научиться достигать поставленную цель

Методы достижения поставленной цели: оживление приятных воспоминаний, изменение отношения к ошибкам, создание ситуаций успеха. Составление своих планов на будущее. Рисунок будущего.

5. Технология самоорганизации

Что такое самоорганизация и для чего она нужна

Понятие «самоорганизация». Различия между организацией и самоорганизацией. Роль кризисов и конфликтов в процессе развития личности.

Эффективные методы самоорганизации. Неверные представления о самоорганизации

Интенсив как образ жизни. Привычка. Тайм-менеджмент: план и распорядок дел. Обучение другого, как способ повышения уровня самоорганизации и самообразования. Неверные представления: самоорганизация — это непостижимый талант; стать организованным человеком — это каторжный труд; оставаться организованным человеком невозможно; уборка и наведение порядка — это непродуктивное использование времени. Новый взгляд на самоорганизацию. Пять причин неэффективного планирования.

6. Профорентация

Что такое профессия. Типология профессий Е.А. Климова. Типология профессий Дж. Л. Голланда

Понятие «Профориентация». Виды профориентации. Профессиональное самоопределение. Формирование профессиональных компетенций. Пять типов профессии: человек- человек, человек – техника, человек – знаковая система, человек – художественный образ, человек- природа. Психодиагностика: определение ведущего типа профессии у подростков. Зависимость соответствия характеристик личности и характеристик профессиональной среды. Типы личности: реалистический, исследовательский, артистический, социальный предпринимательский, конвенциональный. Закономерности сочетания типа личности и типа среды.

Выбор профессии. Деловая игра «Биржа труда»

Профессиональный интерес. Мотивы выбора профессии. Анализ выбора. Трудоустройство: обыгрывание ситуаций собеседования. Карьерное портфолио. Моделирование реальной профессиональной деятельности методом поиска новых способов ее выполнения. Применение подростками на себе роли трудящегося, различных профессий и возможность всесторонне оценить трудовую деятельность. Формирование объективного и адекватного представления о профессии.

7. Внутренние ресурсы личности.

Ресурсы развития личности: социализация, трансформация, исцеление, интеграция

Определение и обсуждение понятий «социализация» (стимул), «трансформация» (потребность), «исцеление» (необходимость) и «интеграция» (интерес). Ресурсы социализации, трансформации, исцеления и интеграции. Признаки отношения человека к самосовершенствованию.

Ресурсы стрессоустойчивости личности

Понятие «стресс». Минусы и плюсы стресса. Признаки стресса. Стадии развития стресса. Виды стресса. Источники возникновения стресса. Основные подходы преодоления стрессов. Внешние ресурсы: социальная поддержка, материальные ресурсы. Внутренние ресурсы: личностные, поведенческие, физические ресурсы, способности, стиль жизни.

Личностные ресурсы

Личностные ресурсы, обусловленные темпераментом. Экспресс диагностика типа темперамента, мотивационной сферы подростков, локус контроля. Определение и обсуждение понятий «волевые качества», «знания» и «опыт».

Способности

Определение понятия «способности». Условия формирования способностей, виды способностей, индивидуальные различия, склонности, одарённость.

Психологические защиты, как проявление внутренних ресурсов личности

Понятие «психологическая защита». Виды и примеры психологических защит. Развитие внутренних ресурсов личности как условие повышения субъективной оценки качества жизни.

8. Технологии поведения в конфликте

Конфликты

Понятие «конфликт». Виды и функции конфликтов. Экспресс-диагностика типов поведения в конфликте.

Стратегии поведения в конфликте

Понятие «конфликтная личность». Поведение в конфликте: соперничество, уход, уступка, компромисс, сотрудничество.

Способы преодоления конфликтов. Технология посредничества в конфликте

Преодоление конфликтов с помощью методики «Шесть шагов для разрешения конфликта». Понятие «посредничество». Стадии посредничества. Обучение технологиям посредничества на примерах конфликтных ситуаций из жизни подростков.

Обучение навыкам конструктивного взаимодействия в конфликтной ситуации.

Ролевая игра «Поведение в конфликте».

Приёмы конструктивного взаимодействия. Стиль спора: вовлечённость, коммуникация, «честная игра». Результат спора: информативность, отреагирование, сближение, улучшение. Отработка навыков аргументации и контраргументации.

9. Технологии самоконтроля.

Что такое самоконтроль. Самоконтроль в сфере психических явлений

Понятие «самоконтроль». Виды, функции, проявления и преимущества самоконтроля. Понятия «состояния и свойства». Развитие уровня внимания и самоконтроля.

Формирование самоконтроля

Развитие навыков самоконтроля. Произвольный самоконтроль.

Самоконтроль изменений в поведении.

Основные шаги самоконтроля: определение формы поведения, сбор данных, разработка программы. Основные шаги самоконтроля: самоподкрепление, самонаказание и планирование окружения. Завершающие шаги самоконтроля: выполнение и оценка программы самоконтроля, завершение программы самоконтроля.

Заключительное занятие и подведение итогов психокоррекционного модуля.

Презентация проектов «Моя жизнь».

Обсуждение пройденного материала, новых знаний, отработанных навыков. Теоретическая подготовка проектов «Моя жизнь», просмотр мультфильма про поросёнка «Моя жизнь». Показ презентаций, подготовленных подростками: «Карты желаний», «Проекты будущего», «Мой выбор». Закрытие групп.

Методическое обеспечение психологического сопровождения

№	Тема	Формы занятий	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническая оснащенность занятий	Формы подведения итогов по разделам
1.	Введение. Социально одобряемое поведение	Лекция. Беседа. Психологический тренинг. Групповая дискуссия	Наглядные: Демонстрация психологических упражнений Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, рефлексия в тренинге Практические: Психологический тренинг, психологические упражнения, коррекционно-развивающая работа Игровые: Психологические игры и упражнения, психогимнастика Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа. Коллективно-групповые: работа в малых группах, организация психологического тренинга в коллективе.	1. Всё, что тебя касается. Том I. М., 2010 2. Бачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. М.: Издательство «Ось 89», 2000. 3. Большаков В. Ю. Психотренинг: Социодинамика. Упражнения. Игры. СПб.: Социально-психологический центр, 2006. 4. Игры — обучение, тренинг, досуг... / Под ред. В. В. Петрушинского. М.: Новая школа, 2004. 5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Комплексная программа. СПб, «Речь», 2001 6. Фопель К. В. Создание	Коллективная работа «Правила нашей группы» Презентация результатов индивидуальной и групповой деятельности: 1. Коллективная работа «Поляна ценностей» 2. Индивидуальные творческие работы «Ромашка», «Три человечка» 3. Письмо самому себе Результаты психологической диагностики жизненных ценностей личности. Психологическая рефлексия. Видеоролики воспитанников на тему «Что такое хорошо, что такое плохо»

				команды. М.: Генезис, 2002. Раздаточный дидактический материал: ромашки, человечки тест «Жизненные ценности» притча «Начни с себя» карточки с ситуациями для психодрамы Экран, видеопроектор, ноутбук	
2.	Развитие коммуникативных навыков	Лекция. Беседа. Групповая дискуссия. Психологический тренинг. Исследовательская работа.	Наглядные: Демонстрация видеопрезентации, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, исследовательская работа, коррекционно-развивающая работа Игровые: психологические игры и упражнения, психогимнастика Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результата исследования Исследовательские: самостоятельная исследовательская работа	1. Всё, что тебя касается. Том I. М., 2010 2. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. Комплексная программа. СПб, «Речь», 2001 3. Бачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Психотехники: Учебное пособие. М.: Издательство «Ось 89», 2000. 4. Горелов И. Н. Невербальные компоненты коммуникации. М., 2000. 5. Коротаева Е. В. Игровые модули общения: учебные материалы к тренингу. Екатеринбург, 2005. 6. Лупьян Я. А. Барьеры общения, конфликты, стресс. Минск, 2006.	Коллективная изплейкорна «Мы - одна команда» Психологическая рефлексия.

			Коллективно-групповые: работа в малых группах, организация психологического тренинга в коллективе	Видео презентация «Психологические особенности восприятия, обработки и передачи информации» Дидактический материал: текст к упражнению «Слухи». Экран, видеопроектор, ноутбук.	
3.	Контроль эмоций	Лекция. Психологическая диагностика. Групповая дискуссия. Психологический тренинг. Исследовательская и аналитическая деятельность	Наглядные: демонстрация видеопрезентации, психологических релаксационных упражнений, иллюстраций, схем. Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение видеопрезентации, дискуссия и рефлексия в тренинг Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, исследовательская работа, психодиагностика, коррекционно-развивающая работа Игровые: психологические игры и упражнения, техники медитации и релаксации, психогимнастика Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование	1. Всё, что тебя касается. Том I. М., 2010 2. Ратанова Т.А., Шляхта Н.Ф. Психодиагностические методы изучения личности. Учебное пособие. М., 1998 3. Сенсорная комната — волшебный мир здоровья. Учебно-методическое пособие. СПб, «ХОКА», 2007 Дидактический материал: Таблица чувств Тест «Знаешь ли ты свои эмоции» видео-презентация «Эмоциональные состояния» проектор, компьютер, экран	Видеофильм: «Положительные и отрицательные эмоции» Исследовательские работы воспитанников Результаты психологической диагностики эмоциональных состояний личности. Психологическая рефлексия.

			эффективного способа, презентация результата исследования Исследовательские: самостоятельная исследовательская работа, психологическая диагностика эмоциональных состояний личности Коллективно-групповые: работа в малых группах, организация психологического тренинга в коллективе		
4.	Технология постановки цели	Лекция. Групповая дискуссия Беседа. Психологический тренинг. Диагностическое сочинение	Наглядные: Демонстрация видеопрезентации, художественного фильма, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение фрагмента тематического фильма, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, коррекционно-развивающая работа Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа Коллективно-групповые: работа в малых группах, объединение в группы по интересам или на основе психологической проблемы, организация	1. Лойшен Ш. Психологический тренинг умений. СПб.: Питер, 2001. 2. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург: Изд. АРД ЛТД, 2007. 3. Тренинг развития жизненных целей / Под ред. Е. Г. Трошихиной. СПб.: Речь, 2001. Видеопрезентация Фильм Схема «8 шагов пути к цели». Экран, видеопроектор, ноутбук.	Презентация результатов индивидуальной и групповой деятельности рисунок будущего Диагностическое сочинение «мои планы на будущее»

			психологического тренинга в коллективе		
5.	Технологии самооргани- зации	Лекция Беседа. Психологический тренинг. Групповая дискуссия.	Наглядные: демонстрация презентаций, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение видеопрезентации, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, коррекционно- развивающая работа Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результата Коллективно- групповые: работа в малых группах, объединение в группы по типам ложных представлений самоорганизации, организация психологического тренинга в коллективе	1. Как организовать свою жизнь. Полное руководство. Джорджина Локвуд, 2006 2. Самоорганизация по принципу "Изнутри наружу". Джулия Моргенстерн, 2006 3. Тайм менеджмент. Искусство планирования и управления своим временем и своей жизнью. Джулия Моргенстерн, 2013 4. Самоорганизация. Элементы теории и социальные приложения. В. Е. Хиценко, 2005 Видеопрезентаци я «Понятие «самоорганизация »». Схема «Пять причин неэффективного планирования.», «кризисные этапы в развитии личности человека» Экран, видеопроектор, ноутбук.	Презентация результатов индивидуального Алгоритма эффективной самоорганизации Психологическая рефлексия.
6.	Профориен- тация	Психологическая диагностика. Групповая дискуссия. Психологический тренинг.	Наглядные: демонстрация учебно- тематического фильма, видеопрезентации, иллюстраций, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма	1. Психодиагностик а в тернинге. Под ред. Н.Ю. Хрящевой 2. Бачков И. В. Введение в тренинговые технологии. Психологическое	Психологическое исследование профориентационн ой направленности личности Деловая ролевая игра с элементами психологического

		Исследовательская работа. Лекция. Проектная деятельность. Диагностическое сочинение. Деловая игра	выполнения психологического упражнения, обсуждение фрагмента тематического фильма, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, исследовательская работа, проектная деятельность, психодиагностика, коррекционно-развивающая работа Игровые: Деловая игра, психодрама Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результата исследования и проектов воспитанников Исследовательские: самостоятельная исследовательская работа по выбранной теме, психологическая диагностика профориентационной направленности личности Коллективно-групповые: работа в малых группах, объединение в группы по типам профессиональных предпочтений, организация психологического тренинга в коллективе	сопровождение выбора профессии / Под ред. Л. М. Митиной. М.: Московский психолого-социальный институт, Флинта, 2008. 3. Журнал «Школьный психолог», апрель, 2013. Видеопрезентация «Пять типов профессии» Видеофильм «Профессии» Памятка: типы профессий Бланки для тестирования: Тест "Личность и профессии" «Готовность к выбору профессии» «Будь готов: профессиональные роли» Карточки с ситуациями для психодрамы. Экран, видеопроектор, ноутбук.	тренинга «Биржа труда». Психологическая рефлексия. Презентация индивидуальных проектов воспитанников «Карьерное портфолио»
7.	Внутренние ресурсы личности	Психологическая диагностика. Групповая дискуссия.	Наглядные: демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций, схем. Словесные:	1. Практика сказкотерапии. Сборник сказок, игр и терапевтических	Презентация результатов индивидуальной деятельности.

		Психологический тренинг. Исследовательская работа. Лекция.	ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение видеопрезентации, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические и релаксационные упражнения, психотехники, исследовательская работа, психодиагностика, коррекционно-развивающая работа Игровые: психологические игры и упражнения, техники медитации и релаксации, психогимнастика Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результатов деятельности Исследовательские: самостоятельная исследовательская работа по выбранной теме, психологическая диагностика особенностей личности Коллективно-групповые: работа в малых группах, организация психологического тренинга в коллективе	программ. Под ред. Сакович Н.А. СПб, «Речь», 2011 2. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург: Изд. АРД ЛТД, 2007. 3. Сидоренко Е. В. Мотивационный тренинг. СПб.: Речь, 2000. 4. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. СПб.: Питер, 2001. 5. Чудновский В. Э. Становление личности и проблема смысла жизни // Избранные труды. М.: Изд-во Моск. психолого-социального ин-та; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2006. Видеопрезентации и «внутренние ресурсы личности», «Стресс», «Психологическая защита», Экспресс диагностика типа темперамента, мотивационной сферы подростков, locus контроля. Экран, видеопроектор, ноутбук.	Исследовательские работы воспитанников по определению видов способностей, склонностей и одарённости личности Результаты социально-психологической диагностики особенностей личности. Психологическая рефлексия.
8.	Технологии поведения в конфликте	Лекция. Беседа. Психологический	Наглядные: демонстрация видеопрезентации, психологических	1. Всё, что тебя касается. Том I. М., 2010 2. Бородин Ф. М., Коряк Н. М.	Результаты социально-психологической диагностики

		тренинг. Исследовательская работа. Психологическая диагностика. Групповая дискуссия Ролевая игра	релаксационных упражнений, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение видеопрезентации, дискуссия и рефлексия в тренинге Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, исследовательская работа, психодиагностика, коррекционно-развивающая работа Игровые: психологические игры и упражнения, техники медитации и релаксации, психогимнастика и психодрама, ролевая игра Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результата исследования Исследовательские: психологическая диагностика особенностей личности, межличностных взаимодействий Коллективно-групповые: работа в малых группах, объединение в группы по интересам или на основе психологической проблемы, организация	Внимание: конфликт. Новосибирск, 2003. 3. Коротаева Е. В. Игровые модули общения: учебные материалы к тренингу. Екатеринбург, 2005. 4. Анцупов А. Я., Шипилов А. И. Конфликтология. – М.: ЮНИТИ, 2009. – Гл. 29; 31–34. 5. Гришина Н. В. Психология конфликта. – СПб.: Питер, 2000. 6. Конфликтология / Под ред. А. С. Кармина. – СПб.: Лань, 2009. – Гл. 5. 7. Козырев Г. И. Введение в конфликтологию. – М.: Владос, 2009. – С. 144–146. Видеопрезентация: «Понятие «конфликт». Экспресс-диагностика типов поведения в конфликте. Схема «Поведение в конфликте» Памятка «Шесть шагов для разрешения конфликта». Карточки с конфликтными ситуациями. Экран, видеопроектор, ноутбук.	особенностей личности. Психологическая рефлексия. Ролевая игра «Поведение в конфликте».
--	--	---	---	---	--

			психологического тренинга в коллектив		
9.	Технологии самоконтро ля	Лекция. Беседа. Психологический тренинг.	Наглядные: демонстрация видеопрезентации, схем Словесные: ознакомление с теоретическим материалом, объяснение алгоритма выполнения психологического упражнения, обсуждение видеопрезентации, рефлексия в тренинг Практические: психологический тренинг, психологические упражнения, психотехники, коррекционно- развивающая работа Частично-поисковые: постановка актуальной проблемы, определение способов решения проблемы, аргументирование эффективного способа, презентация результата деятельности Коллективно- групповые: организация психологического тренинга в коллективе	1. Ананьев В.А. Комплексная методика общего курса психической саморегуляции. Практические рекомендации по освоению метода аутогенной тренировки. СПб, 2003 2. Вершинина В.В. Основы психической и физической саморегуляции. Учебно- методическое пособие. СПб, 2007 3. Психогимнастика в тренинге / Под ред. Н. Ю. Хряцовой. СПб.: Речь, 2010. 4. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. Екатеринбург: Изд. АРД ЛТД, 2007. Видеопрезентаци я «самоконтроль» Экран, видеопроектор, ноутбук.	Презентация индивидуальных программ самоконтроля воспитанников Психологическая рефлексия.

Модуль индивидуальной психокоррекционной работы

Адаптационная часть (18 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Установление контакта с воспитанником. Определение проблем. Заключение контракта.	-	1	1
2	Психодиагностическое исследование интеллектуальной сферы (Тест Кеттелла)	-	1	1
3	Психодиагностическое исследование уровня агрессии по опроснику Баса-Дарки	-	1	1

4	Психодиагностическое исследование уровня тревожности по методике Е.И. Рогова и тесту школьной тревожности Филипса.	-	1	1
5	Психодиагностическое исследование мотивационной сферы учащихся (М.В.Матюхина) и типологии мотивов учения «Лесенка побуждений» (А.И. Божевич)	-	1	1
6	Влияние мыслей и чувств человека на его поведение	1	1	2
7	Человек сам ответственен за то, что происходит в его жизни	1	1	2
8	Влияние поведения подростка на восприятие его людьми	1	-	1
9	Психодиагностическое исследование уровня самооценки личности (С.В.Ковалёв). Психодиагностика личностных особенностей по проективной методике «Несуществующее животное» (М.З.Дукаревич)	-	1	1
10	Поведение человека под влиянием сильных чувств	1	-	1
11	Двумерное определение проблем	1	-	1
12	Идентификация альтернатив (определение возможного решения проблем)	1	-	1
13	Планирование (критическая оценка альтернатив; составление плана реалистичного решения проблем)	-	1	1
14	Реализация плана: выявление слабых и сильных сторон личности воспитанника, способствующих или мешающих решению поставленной проблемы.	1	-	1
15	Технологии решения психологических проблем. Самоанализ	-	1	1
16	Подведение итогов адаптационного периода. Обратная связь	1	-	1
	Итого:	8	10	18

Базовая часть (9 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Социально приемлемые способы выражения своих чувств и эмоций.	1		1
2	Анализ ситуаций, вызывающих бурные эмоции.		1	1
3	Технологии перестраивания негативных эмоций на позитивные.	1		1
4	Арт-терапевтическое занятие «Нарисуй свои чувства»		1	1
5	«Что я чувствую к близким мне людям» проективные рисуночные психодиагностические методики.		1	1
6	Упражнения, развивающие внимание. Срезовая диагностика уровня тревожности (Филипс) и уровня агрессии (Басса-Дарки)		2	2
7	Упражнения, развивающие память. Срезовая диагностика уровня самооценки (Ковалёв) и мотивации (М.В.Матюхина)		2	2
	Итого	2	7	9

Вариативная часть

Работа с агрессией (9 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Углублённое психодиагностическое обследование агрессии с помощью методики Хэнд-тест		1	1
2	Упражнения, направленные на снижение уровня агрессии		2	2
3	Арт-терапевтическое занятие «Лепим агрессию из пластилина» (физическая трансформация негативных пластилиновых образов в позитивные)		2	1

4	Поиск и обретение новых стратегий поведения в ситуациях, вызывающих агрессию	1	1	2
5	Техники релаксации, позволяющие справиться с агрессией	1	2	3
	Итого:	2	8	9

Работа с тревожностью (9 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Углублённое психодиагностическое обследование уровня тревожности с помощью опросника Спилберга		1	1
2	Анализ причин, влияющих на повышенную тревожность		1	1
3	Упражнения в «Сухом бассейне»		1	1
4	Упражнения, направленные на снижение уровня тревожности	1	1	2
5	Овладение методиками снятия психологического и физического напряжения	1	1	2
6	Анализ различных ресурсных состояний, помогающих справиться со страхами и неуверенностью		1	2
	Итого	2	9	11

Работа с самооценкой (9 часов)

№	Тема	Теория	практик	Всего
1	Углублённое психодиагностическое обследование с помощью методики «Я – реальное, Я – идеальное»	1		1
2	Влияние внешнего оценщика на самооценку подростка		1	1
3	Превращение внешнего оценщика во внутреннего		1	1
4	Зависимость от мнения авторитета. Присвоения критика	1		1
5	Сравнение себя с менее успешными людьми и с более успешными людьми	1		1
6	Оценка не себя, а того дела, которым мы занимаемся	1		1
7	Упражнения, направленные на повышение заниженной самооценки до адекватной (или снижение завышенной самооценки до адекватной).		2	2
8	Этап принятия, проявление четкого знания о себе	1		1
	Итого:	5	4	9

Работа с мотивацией (9 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Углублённое психодиагностическое обследование мотивационной сферы подростка с помощью методик «Тест-опросник измерения мотивации достижения» модификация опросника А. Мехрабиана (адаптация М.Ш.Магомед-Эминов) и диагностика уровня притязаний по методике Рожкова.		2	2
2	Выявление потребностей, пирамида Маслоу А.		1	1
3	Выявление конкурентных преимуществ в зависимости от обозначенных потребностей	1		1
4	Работа с возражениями	1		1
5	Закрепление сформировавшихся желаний в устойчивую мотивацию к достижению результата	1		1
6	Составление проективных рассказов с ярко выраженной темой достижения		2	2
7	Подведение итогов. Обратная связь.	1		1

	Итого:	4	5	9
--	--------	---	---	---

Работа с памятью и вниманием (9 часов)

№	Тема	Теория	Практика	Всего
1	Углублённое психодиагностическое обследование памяти с помощью методики «Заучивание 10 слов»		1	1
2	Углублённое психодиагностическое обследование внимания с помощью методик исследования объёма и уровня внимания		1	1
3	Занятия по тренировке устойчивости нервной системы к длительному напряжению		2	2
4	Упражнения на развитие произвольного внимания	1	1	2
5	Обучение основам мнемотехники	1	2	3
	Итого:	2	7	9

Блок II. Педагогическое сопровождение

Выявление воспитанников, требующих ежедневного индивидуального сопровождения:

- Выявление причин дезадаптации воспитанника к условиям отряда и лагеря;
- Выявление интересов, способностей воспитанника, его ожиданий от нахождения в ДООЛ;
- Совместная постановка цели (целей) на смену и пути ее достижения;
- Ежедневные совместно с воспитанником планирование его занятости в течении дня;
- Ежевечерний анализ результатов деятельности, корректировки планов на следующий день;
- Ведение карты стандартизированного наблюдения за воспитанником;
- При необходимости проведение индивидуальных бесед, мотивирующих к социально-одобряемому поведению;
- Анализ результативности индивидуального сопровождения, коррекция форм и методов работы ежедневно.

Модуль «Повышение правовой грамотности»

Становление гражданского общества и правового государства в нашей стране во многом зависит от правового образования и воспитания гражданственности. Сегодня коренным образом меняются отношения гражданина России с государством и обществом. Гражданин получил большие возможности реализовать себя, как самостоятельную личность в различных областях жизни, и, в то же время, возросла ответственность за свою судьбу и судьбы других людей.

В условиях становления гражданского общества и правового государства необходимо осуществлять воспитание принципиально нового, демократического типа

личности, способной к инновациям, к управлению собственной жизнью и деятельностью, делами общества, готовой рассчитывать на собственные силы, собственным трудом обеспечивать свою материальную независимость.

Учебно – тематический план

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Я – Гражданин России	1		1
2	Моя страна-правовое государство	1		1
3	Мои права	1		1
4	Мои обязанности		1	1
5	Я несу ответственность за то, что происходит в моей стране		1	1
	Итого	3	2	5

Содержание

1. Гражданин страны. Гражданское становление личности. Правовое государство. Политическая система России. Правовое пространство несовершеннолетних.
2. Конституционное право. Президент РФ. Избирательное право. Трудовое право.
3. Почему каждый должен знать свои права? Права и свобода человека. Особая правовая защита. Конвенции о правах ребенка. Права и обязанности детей в международном и Российском законодательстве.
4. Преступления и наказания. Уголовное наказание несовершеннолетних.
5. Неформальные объединения экстремистской направленности: ответственность подростков.

Методическое обеспечение

№	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническая оснащенность занятий	Формы подведения итогов по разделам
1	Словесные: Объяснение, рассказ, работа с литературой. Дискуссия и рефлексия	Конституция РФ. Уголовный Кодекс РФ. Гражданский кодекс РФ. Семейный кодекс РФ. Административный кодекс РФ. Конвенция о правах ребенка. Видеопроектор, ноутбук, экран. Канцелярские товары.	Проекты, видео-ролики воспитанников. Анкетирование. Эссе.
2	Наглядные: Демонстрация кинофильмов, видео-презентаций, иллюстраций, фотографий.		
3	Игровые: Сюжетно-ролевые игры, Конкурсы, соревнования;		

4	Частично-поисковые: Проектная деятельность, метод кейсов.	Набор дидактический карточек для кейсовых ситуаций. Кинофильмы: «Двенадцать», «Пацаны».	
---	---	---	--

Модуль «Формирование базовых знаний по финансовой грамотности»

Содержание

1. *Потребности и расходы.* Как удовлетворить все свои потребности? Что такое инфляция? Можно ли расплачиваться в магазине испорченными купюрами? Решая кейсы, ребята применяют на себя роль взрослых, которым необходимо распланировать свои расходы и доходы. Что важнее: потратить деньги на новую одежду или отложить на образование для ребенка? Участники учатся анализировать и планировать расходы и время, исходя из разных типов потребности.
2. *Финансовые цели и финансовое планирование.* Чтобы обеспечить себе достойную жизнь на пенсии и не бояться чрезвычайных расходов, необходимо обдуманное финансовое планирование. На мастер классе подростки учатся ставить финансовые цели с учетом изменения структуры доходов и расходов на протяжении жизни. А что будет через 30 лет? Будет ли у меня квартира или машина? Задуматься об этом и спланировать достижение финансовых целей на временном горизонте ребятам позволяет игра «Семейный план». Имея только бумагу и ручку, участники проживают целую жизнь с неожиданными поворотами судьбы.
3. *Источники доходов. Зарплата.* Как обеспечить себе стабильные источники доходов? Какие вопросы возникают при взаимодействии с работодателем? Из чего состоит зарплата и какие налоги платим?
4. *Платежные средства.* Банковские карты: В современном мире невозможно жить без использования банковских карт. На мастер-классе участники не только познакомятся с такими сложными понятиями как овердрафт, дебетовые и кредитные карты, кэшбэк, но и узнают, как использовать их с выгодой для себя
5. *Кредиты и займы.* Подростки научатся выбирать наиболее оптимальный кредит, узнают о своих правах и научатся избегать неприятности, которые возникают при возврате кредита.
6. *Кредиты и займы-* одна из ключевых тем с точки зрения защиты прав потребителей финансовых услуг, так как именно при использовании кредитами и займами возникает больше всего проблем. Выбор кредита оказывается чаще всего очень эмоциональным и интуитивным процессом, а плана по его погашению может просто не быть.

7. Права и обязанности потребителей финансовых услуг. Вспомнить все, что было, поиграть в Alias или «Крокодил» на финансовую тему, получить ответы на все вопросы, свободно в неформальной обстановке поговорить о том, что волнует подростков в их отношениях с финансами.

Учебно – тематический план

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Потребности и расходы.	1	1	1
2	Финансовые цели и финансовое планирование.	1	1	1
3	Источники доходов. Зарплата.	1	1	1
4	Кредиты и займы.	1	1	1
5	Права и обязанности потребителей финансовых услуг.	1	1	1
	Итого	5	5	10

Модуль «Гигиеническое воспитание детей и молодежи»

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Гигиена кожи и ее придатков	1	1	2
2	Правила личной гигиены юношей и девушек подростков		1	1
3	Гигиены полости рта	1		1
	Итого	2	2	4

1 Теоретическое занятие.

Кожа и её придатки (ногти, волосы). Функциональное назначение. Индивидуальные и возрастные особенности кожи и её придатков.

2 Практическое занятие.

Микрофлора кожного покрова. Запах тела. Уход за кожей лица и рук, ногами. Уход за ногтями. Выбор одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и индивидуальными особенностями человека.

3 Теоретическое занятие.

Типы волос. Уход за волосами. Болезни кожи, ногтей, волос, связанный с нарушением правил гигиены.

4 Практическое занятие.

Правила личной гигиены юношей и девушек подростков. Выбор и пользование предметами личной гигиены. Средства гигиены полости рта. Выбор зубной щетки, зубной пасты. Факторы риска развития стоматологических заболеваний. Уход за зубами Питание и здоровье зубов. Профилактические осмотры у стоматолога.

5 Теоретическое занятие.

Заболевание зубов, десен, меры их профилактики.

Модуль «Профилактика инфекционных заболеваний»

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Инфекционные заболевания и их возбудители	1	1	2
2	Профилактика инфекционных заболеваний. Эпидемии	1		1
3	Ответственность за распространение инфекции	1		1
	Итого	3	1	4

Методическое обеспечение модуля «профилактика инфекционных заболеваний»:

1 Теоретическое занятие.

Микромир: микробы, простейшие, вирусы, грибки. Взаимодействие человека с микромиром. Представление об инфекционных заболеваниях. Причины возникновения, источники, пути передачи.

2 Теоретическое занятие.

Способы профилактики инфекционных заболеваний: мытье рук, ношение маски, одноразовые шприцы и т.д. Механизм защиты организма – иммунитет. «Активные» и «пассивные» способы его повышения.

3 Практическое занятие.

Эпидемии. Поведение при подозрении на инфекционное заболевание и во время болезни.

4. Теоретическое занятие.

Ответственность за распространение инфекций. Инфекции, передаваемые половым путем. Туберкулез и его предупреждение.

Модуль «Приобщение к здоровому образу жизни»

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Режим труда и отдыха	1		1
2	Гигиена питания	1	1	2
3	Медицинская помощь	1		1
	Итого	3	1	4

1 Теоретическое занятие.

Биологические ритмы организма. Периоды работоспособности. Режим учебы, отдыха и сна. Индивидуальный режим физических и умственных нагрузок. Переутомление, его субъективные и объективные признаки, методы снятия. Признаки утомления органов слуха и

зрения, способы его снятия. Оптимальные условия труда, микроклимат в классе и квартире. Активный и пассивный отдых. Представление об основных пищевых веществах, их значение для здоровья, важнейшие пищевые источники.

2 Теоретическое занятие.

Основные правила рационального питания: режим питания, сбалансированность меню, пищевые приоритеты.

3 Практическое занятие.

Составление индивидуального меню. Энергетическая ценность питания, физиологические нормы, потребности в основных пищевых веществах и энергии. Непереносимость отдельных продуктов и блюд. Болезни питания, анорексия, булимия, ожирение. Пищевые риски, опасные для здоровья. Питание в особых условиях (питание спортсменов, во время походов, экзаменах).

Когда, куда и как обращаться за медицинской помощью. Поведение в медицинских и оздоровительных учреждениях. Ответственность за ложные вызовы медицинской службы.

Выбор товаров и услуг, ориентированных на здоровье. Критическое отношение к рекламе и выбору медицинских услуг и товаров.

Правила употребления лекарственных препаратов. Опасность самолечения. Безопасность хранения и обращение с лекарственными средствами.

Методическое обеспечение модуля «Приобщение к здоровому образу жизни»

№	Тема/Раздел	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническая оснащенность занятий	Формы подведения итогов по разделам	Контрольные вопросы
1	Режим труда и отдыха	Беседа. Анкетирование Групповая дискуссия.	Наглядные: Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем; Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом; Дискуссия; Исследовательские: Анкетирование Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом. Дискуссия.	Иллюстрации Видео-презентация «Период работоспособности» «Переутомление»	Зачем нужен режим дня?»

2	Питание и здоровье	Беседа. Анкетирование Групповая дискуссия. Практические занятия.	Наглядные: Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем, мультфильмов/видеофильмов. Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом. Дискуссия.	Памятки: «4 Основные группы пищевых продуктов и планирование питания» (Байер К, Шейнберг Л «Здоровый образ жизни»); «Достоинства и недостатки разных видов национальной кухни» (Байер К, Шейнберг Л «Здоровый образ жизни»). Методические рекомендации по составлению индивидуального меню. Экран, ноутбук, музыкальный центр.	Составление сбалансированного индивидуального меню.
3	Медицинская помощь	Беседа Анкетирование Групповая дискуссия Деловая игра.	Наглядные: Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем, мультфильмов/видеофильмов; Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом; Дискуссия; Исследовательские: Анкетирование Игровые: Сюжетно-ролевая игра	Памятки: «Перечень телефонов медицинских учреждений Санкт-Петербурга»; «Первая помощь при передозировке лекарственных средств». Экран,ноутбук, музыкальный центр.	Анкетирование

Блок III Медицинское сопровождение

Актуальность блока медицинского сопровождения.

Задачи оздоровления, приобщения к здоровому образу жизни, социального становления личности ребенка являются важными для любого государства.

Особую актуальность поставленные задачи имеют в контексте специфики условий Санкт-Петербурга, а именно:

- особых экологических условий: загрязненности, обилия промышленных предприятий, условий мегаполиса, снижения качества жилья и гигиенических параметров среды,

климатических условий северной зоны, низких экологических качественных показателей чистоты воздуха и воды, промышленного и транспортного загрязнения;

- резкого роста заболеваемости и увеличение числа детей со 2-3 группами здоровья, соматически ослабленных, имеющих угрозу хронической патологии;
- отсутствия сформированных экологических зеленых зон во многих районах города;
- снижения уровня жизни и материального достатка у большей части населения;
- повышения требований к уровню экологического образования детей в практике образовательных учреждений в контексте региональных государственных стандартов.

Влияя на образ жизни человека, мы можем существенно изменить состояние его здоровья.

В последние годы накоплено достаточно данных о том, что проблему здоровья нельзя решить только силами органов здравоохранения. Установление зависимости индивидуального здоровья от факторов образа жизни (питание, двигательный режим, отношение к курению, алкоголю, наркотикам, психологический микроклимат и т.п.) не улучшило ситуацию, так как знать еще не означает реализации своих знаний на практике. Причиной этого является отсутствие внутренних потребностей, ценностной мотивации, которые, как известно, формируются в раннем возрасте в соответствии с закономерностями биологического (в том числе и психологического) развития человека.

Поэтому вполне логичен вывод о необходимости учить детей и подростков принципам здорового образа жизни в период организованного отдыха на фоне общего оздоровительного режима всей жизни лагеря.

Таким образом, основой блока медицинского сопровождения программы становятся не только медицинские процедуры, связанные с сохранением и восстановлением здоровья, но и воспитание, направленное на формирование ответственного отношения ребенка к собственному здоровью, потребности в его сохранении и развитии.

Именно в ДООЛ возможно соединение и взаимодействие экологических, педагогических и психологических, медицинских составляющих.

Дети творческих коллективов, юные спортсмены, составляющие существенную часть контингента ДООЛ ГБОУ «Балтийский Берег», тратящие много сил и энергии для развития своих способностей, более других подвержены риску ослабления физического здоровья, развитию различных хронических заболеваний, что вызвано подчас чрезмерными для неокрепшего организма нагрузками. В связи с этим особую актуальность для данной категории детей приобретают здоровьесберегающие технологии.

ДООЛ «Молодежное», ДООЛ «Заря», ДООЛ «Солнечный» находятся в живописном уголке Курортной зоны Карельского перешейка на берегу Финского залива. Этот район

курортологи называют зоной комфорта. Лесопарковая полоса защищает курортную зону от прохладных северо-западных ветров, хвойные леса наполняют воздух озоном и отрицательными аэроионами.

Поэтому одним из основных направлений своего развития в каникулярное и межканикулярное время коллективы ДОЛ видят в широком внедрении здоровьесберегающих технологий, в повышении качества санаторно-курортного обслуживания, в оптимальном удовлетворении потребности детей и их родителей в качественных и социально значимых услугах отдыха и оздоровления.

Цель блока медицинского сопровождения

Оптимальное удовлетворение потребностей детей и подростков в качественных и социально значимых услугах оздоровления и отдыха для улучшения их состояния здоровья, воспитание у них потребности в здоровом образе жизни.

Задачи блока медицинского сопровождения

1. Содействовать обеспечению гармоничного психического и физического развития ребенка, улучшение состояния его здоровья современными оздоровительными, педагогическими технологиями.
2. Создать комплекс оздоровительных мероприятий, способствующих коррекции состояния здоровья и профилактике возникновения патологии, на основе индивидуальных особенностей, групп здоровья и физиологических возможностей каждого ребенка;
3. Использовать среду, ориентированную на индивидуальные биологические, физические и психологические возможности развития детей и подростков для обеспечения оздоровительной деятельности;
4. Способствовать воспитанию у детей и подростков потребности в здоровом образе жизни, выработка навыков здоровьесберегающего поведения, профилактика зависимого поведения.

Основные направления оздоровительной деятельности:

1. Организация оздоровительного маршрута каждого ребенка в соответствии с исходным качеством его здоровья и потребности в оздоровительных мероприятиях:
 - Организация питания детей в соответствии с потребностями в диете, включение в меню дополнительных фруктов, обогащение витаминами и микронутриентами продуктов;
 - Занятия физкультурой и спортом;
 - Вариативные режимы дня;

- Профилактика острой заболеваемости и обострений хронической патологии в рамках индивидуального медицинского сопровождения;
 - Проведение закаливающих мероприятий и контроль над ними;
 - Контроль над допусками к занятиям в спортивных секциях и кружках, к купанию и к туристским походам;
 - Оказание медицинской поддержки и контроль над основными мероприятиями и формами деятельности в ДООЛ;
 - Проведение с детьми просветительных бесед и лекций по гигиенической и оздоровительной тематике, валеологическому воспитанию;
2. Использование потенциала условий ДООЛ в области физической культуры и спорта для оздоровительной деятельности:
- Утренние пробежки, организация «тропы здоровья»;
 - Спортивные кружки и секции;
 - Проведение легкоатлетической спартакиады и малых чемпионатов ДООЛ по игровым видам спорта, веселых стартов в каждой смене;
 - Создание условий для занятий спортом в нерегламентированной деятельности: теннисные корты и столы, площадки для игр, стадионы и футбольные поля, баскетбольные площадки;
 - Проведение спортивных праздников, эстафет, подвижных игр.

Мероприятия, направленные на выявление детей, нуждающихся в неотложной медицинской помощи:

- при поступлении детей в лагерь проводятся: первичный осмотр, опрос, термометрия и антропометрия, работа с медицинскими документами;
- в течение всего периода пребывания в лагере проводится утренняя и вечерняя термометрия;
- на уровне педагогических работников осуществляется круглосуточный мониторинг самочувствия и общего состояния здоровья детей;
- присутствие медицинского персонала во время проведения внутренних массовых мероприятий;
- организация круглосуточной сестринской и врачебной медицинской помощи;
- при необходимости оказания экстренной неотложной помощи в условиях стационара применяется установленный план маршрутизации в лечебные учреждения г. Санкт-Петербурга.

Организация и проведение динамического наблюдения за состоянием здоровья детей.

Согласно методическим рекомендациям предусматривается проведение медицинских осмотров всех детей в начале и в конце оздоровительной смены с оценкой эффективности оздоровления и реабилитации.

Показателями оценки эффективности оздоровления в Учреждении (далее- показатели) являются показатели, характеризующие рост, массу тела, мышечную силу и жизненную ёмкость легких (ЖЕЛ).

Оценка динамики за летнюю оздоровительную смену проводится для определения степени эффективности оздоровления (высокая, слабая, отсутствие).

Для оценки эффективности оздоровления будут использованы данные динамики 4-х показателей (рост, масса тела, мышечная сила и ЖЕЛ). Необходимое для оценки показателей оборудование – весы напольные, ростомер, динамометр кистевой и спирометр.

Динамика показателей зависит от непосредственного воздействия факторов среды, в том числе питания, двигательного режима, режима дня, проводимых в учреждении оздоровительных процедур и физкультурно-массовой работы. Показатели чутко реагируют на снижение резистентности организма и перенесённые в ходе оздоровительного сезона заболевания. Вместе с тем, они просты в измерении и оценке.

Для комплексной оценки эффективности оздоровления детей в учреждении в 1-2 день от начала оздоровительной смены, а также за день до её окончания проводится медицинский осмотр всех оздоравливаемых детей с проведением антропометрических и фазометрических методов исследования.

Для оценки эффективности оздоровления каждого ребенка и коллектива в целом информация по результатам медицинского осмотра вносится в журнал «Оценка оздоровительного эффекта», предусматривающем внесение информации по каждому ребенку на начало смены, а также на её окончание.

По результатам проведенных реабилитационных и оздоровительных мероприятий будут даны рекомендации родителям и детям.

Разработка и реализация специальных программ оздоровления детей, страдающих хроническими заболеваниями, на период пребывания в организации отдыха и оздоровления

МЕРОПРИЯТИЕ	СОДЕРЖАНИЕ	ЦЕЛЬ
Утренняя оздоровительная зарядка	-спортивная -танцевальная -игровая	Улучшение деятельности всех органов,

		профилактика простудных заболеваний
Дневной отдых	-дневной сон -чтение книг -настольные игры	Приведение в норму эмоционального фона, отдых для мышц после динамических двигательных нагрузок
Ежедневные прогулки на свежем воздухе	Обогащение организма кислородом. Принятие воздушных ванн. Прогулка-релаксация.	Формирование желания находиться на свежем воздухе; Формирование потребности в аэробном движении
Фитотерапия	Фитотерапия - лечение лекарственными травами, при котором прием внутрь настоев трав и др. растений оказывает благотворное действие на работу всего организма, повышаются его защитные функции. Используются витаминные сборы, укрепляющие иммунитет, успокоительные, способствующие пищеварению.	Снижение хронических и рецидивирующих заболеваний, повышение иммуннобиологической защиты организма
Кислородный коктейль	Кислородный коктейль - лечебная смесь, насыщенная кислородом. Это сочетание целебной силы кислорода и полученных свойств растений. Уникальное действие кислорода и фитокомпонентов на органы и ткани позволяет восстановить нарушенные процессы в организме. Для приготовления коктейлей используются сиропы шиповника, малины, черники, клюквы, брусники, корень солодки.	Активизация внутренних сил
Аэрофитотерапия	Натуральный метод лечения, обладающий уникальным антисептическим, противовирусным, бактерицидным, пр/воспалительным, иммуномодулирующим действием. Под аэрофитотерапией понимают лечебно-профилактическое использование воздуха, насыщенного эфирными маслами растений: кедра, эвкалипта, сосны, чабреца, пихты, цитрусовых, мяты, шалфея.	Профилактика простудных заболеваний у здоровых людей и детей группы риска, лечение и профилактика заболеваний органов дыхания, улучшение общего самочувствия, снижение утомляемости, повышение работоспособности

Фотарий	Использование ультрафиолетового облучения для стимуляции выработки собственного витамина «Д» в условиях нехватки солнечных лучей в нашей климатической зоне.	Укрепление иммунитета, повышение защитных сил организма, укрепление костно-мышечной системы у ребенка
Ароматические ванны	Ароматические ванны являются составляющей частью бальнеотерапии. Для них используются хвойный концентрат, ароматические соли.	Использование хвойного концентрата, ароматических солей способствует увеличению иммунных сил организма имеют выраженный седативный эффект, тонизируют, усиливают обменные процессы, снимают усталость и напряжение
Гидромассажные ванны		Бурлящая, подогретая вода массирует всё тело, улучшает циркуляцию крови, обеспечивает мышечное расслабление и релаксацию
Массаж	Массаж - это способ лечения и предупреждения болезней. Его суть заключается в механическом воздействии специальными приемами на поверхность тела или какого-либо органа. Используются лечебный и оздоровительный массаж, механический массаж с использованием массажного кресла.	Под воздействием массажа происходит ускоренное движение всех жидких сред организма, особенно крови и лимфы, ускоряются окислительно-восстановительные процессы: увеличивается скорость доставки кислорода и удаления продуктов жизнедеятельности во всем теле, и в мышцах в частности. Возникающее при массаже расширение капиллярной сети кожи и улучшение венозного кровообращения облегчает работу сердца, а ускорение лимфооттока улучшает работу иммунной системы организма. Под влиянием массажа в коже, мышцах и суставах возникают импульсы, возбуждающие

		двигательные клетки коры головного мозга и стимулирующее деятельность соответствующих органов
Тренажёрный зал	Тренажёры используются для приобретения навыков в выполнении последовательных приемов и координации движений, выработки реакции на изменения условий движения.	Физическое развитие и совершенствование, укрепление мускулатуры сердечной мышцы, развитие выносливости. Привития навыка заботы о своем внешнем виде и красоте тела

Санитарно-просветительская работа с детьми

Санитарно-просветительская работа в ДООЛ проводится медработниками и как правило представляет собой единичные или серии бесед. Возможно включение элементов нравственной работы в отрядные и общелагерные мероприятия.

Тематику бесед определяет медработник в зависимости от актуальных потребностей и возраста детей.

В приложении представлены методические разработки бесед, проводимых медработниками в ДООЛ с детьми ТЖС.

Тематика просветительских бесед:

1. Правила личной гигиены: гигиена тела, гигиена волос, гигиена полости рта, гигиена постельного белья, одежды и обуви;
2. Питьевой режим;
3. Вред и польза солнца. О необходимости носить головной убор летом;
4. Роль утренней зарядки для укрепления здоровья;
5. Педикулез и чесотка;
6. Болезни грязных рук;
7. О правилах защиты от жалящих и кровососущих насекомых;
8. О ядовитых растениях и грибах;
9. Об опасности употребления скоропортящихся продуктов, чипсов, сухариков, сладких газированных напитков;
10. Необходимость закаливания организма. Способы закаливания;
11. Компьютер и здоровье;
12. О пользе витаминов;
13. О профилактике вредных привычек;

14. Профилактика кишечных заболеваний;
15. Органы слуха. Гигиена органов слуха;
16. Профилактика бешенства;
17. Гигиена органов обоняния;
18. Аллергия.

Блок IV «Социальное сопровождение»

Основная цель социального сопровождения — защита ребенка, его жизни, достоинства, права на развитие в меняющихся условиях социальной реальности.

Основной инструмент социального сопровождения — индивидуальная профилактическая работа. Технология индивидуальной профилактической работы, которая может быть рассмотрена как социально-педагогическая технология, направлена на выведение несовершеннолетних из социально опасного положения.

В деятельности специалистов, ориентированных на профилактическую деятельность, можно выделить следующий функциональный алгоритм по организации индивидуальной профилактической работы:

I этап. Выявление детей и подростков, находящихся в социально опасном положении и формирование банка данных.

При формировании банка данных уточняются такие позиции:

- каковы основания постановки ребенка на учет;
- какие структуры работают с несовершеннолетними;
- какая работа проводится для разрешения проблемы;
- что еще можно предпринять для разрешения данной проблемы;

Цель этого этапа — определить, в чем заключаются трудности ребенка (дезадаптация, неблагоприятная социальная ситуация в семье, проблемное поведение).

Изучение семейной ситуации проводится после анализа анкеты социального сопровождения, заполненной администрацией районов. Анкеты как правило, содержат информацию о детях из семей тех или иных показателей, попадающих в группу риска. Характер взаимодействия педагогов с семьей должен быть дифференцированным и определяться содержанием проблемы. Не следует навязывать всем одинаковые формы взаимодействия, надо ориентироваться на потребности, запросы родителей и детей, особенности семейного воспитания.

На основании анализа существующей проблемы можно выделить следующие направления профилактической работы ДООЛ:

- работа с семьей (диагностика детско-родительских отношений, типа семьи, постоянный контакт ДООЛ с семьей);
- работа с ребенком (диагностика и изучение личностных особенностей ребенка, создание ситуации успеха, педагогическая помощь и поддержка);
- работа с педагогическим и вожатским коллективом ДООЛ;
- социально-педагогическое и психологическое сопровождение личности.

II этап. Диагностика проблем личностного и социального развития детей и подростков.

Специалисты изучают индивидуальные особенности несовершеннолетнего и выявляют его интересы и потребности, трудности и проблемы, конфликтные ситуации, отклонения в поведении, определяет их причины, отслеживает истоки возникновения конфликтных ситуаций, исследует условия и особенности отношений ребенка.

На втором этапе несовершеннолетние обследуются в зависимости от выявленного фактора риска с использованием подобранных диагностических средств. Такая углубленная диагностика проводится социальным педагогом совместно с психологом.

По необходимости может запрашиваться и анализироваться информация из медицинских учреждений, из подразделений по профилактике правонарушений несовершеннолетних, органов социальной защиты.

Таким образом, по результатам двух этапов диагностики определяется статус ребенка группы риска, выявляется необходимость диагностической работы с семьей ребенка, оказания ему специализированной помощи (медицинской, психологической, социальной в условиях ДООЛ). Перед началом индивидуально-профилактической работы специалисты вырабатывают стратегию сопровождения обучающихся, формулируют проблемы, с которыми необходимо работать.

III этап. Разработка плана индивидуальной профилактической работы.

По результатам диагностики специалисты подбирают психолого-педагогические, социальные средства для организации работы с несовершеннолетним и его семьей.

Индивидуальные планы должны предусматривать вовлечение несовершеннолетнего и его окружение в процесс преодоления проблемной ситуации, создание условий для освоения несовершеннолетним позитивного опыта разрешения проблем. Программа (план) индивидуальной профилактической работы утверждает на заседании Совета профилактики.

План индивидуальной профилактической работы, как правило содержит следующие сведения:

1. сведения о несовершеннолетнем и его семье;
2. основания и причины проведения индивидуальной профилактической работы несовершеннолетним;

3. план мероприятий, сроки, ответственные исполнители;
4. результаты профилактической работы.

IV этап. Реализация индивидуальных планов

Данная функция предполагает, что педагоги службы сопровождения:

- распределяют (сообразно целям и задачам) участие и ответственность всех привлеченных к реализации плана;
- организуют и исполняют индивидуальные планы, используя методы и формы работы с несовершеннолетними и его окружением по улучшению трудной жизненной ситуации;
- содействуют в получении несовершеннолетним необходимых видов помощи и поддержки в разрешении трудной жизненной ситуации;
- отслеживают результаты и вносят корректировку в реализацию плана.

V этап. Анализ эффективности проведенной работы

По выполнению плана индивидуальной профилактической работы специалисты оценивают и анализируют результат проведенной работы с несовершеннолетним.

Основным критерием в установлении срока проведения индивидуальной профилактической работы должна быть сравнительная динамика позитивных изменений в жизни несовершеннолетнего, оказавшегося в социально-опасной ситуации. Минимальный срок для наблюдения динамики позитивных изменений в проведении несовершеннолетнего в соответствии с рекомендациями психологов и социальных педагогов необходимо устанавливать не менее одной смены.

Отчет о выполнении плана индивидуальной профилактической работы и наметившейся динамике в проведении несовершеннолетнего, заслушивается на заседании педагогического совета или совета по профилактике:

- о продлении сроков проведения мероприятий, предусмотренных планом индивидуальной профилактической работой;
- направляет характеристику на каждого из воспитанников с динамикой результативности по итогам мониторинга и рекомендаций по дальнейшей профилактикой работы.

Модуль «Профилактика употребления ПАВ»

Учебно-тематический план

№	Тема/раздел	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Понятие ПАВ. Употребление ПАВ	1	1	2
2	Зависимость от ПАВ. Болезни человека связанные с употреблением ПАВ	1	1	2

3	Ответственность за распространение и употребление ПАВ	1		1
	Итого	3	2	5

Содержание:

1. Теоретическое занятие

Понятие о психоактивных веществах. Основные виды психоактивных веществ. «Легальные» психоактивные вещества (алкоголь, табак). «Нелегальные» психоактивные вещества (наркотики). Причины употребления ПАВ.

2. Теоретическое занятие

Употребление ПАВ, как ложный путь решения проблем. Употребление ПАВ, как слабость воли, зависимость, болезнь. Опасность злоупотребления ПАВ. Как противостоять групповому давлению и не употреблять ПАВ.

3 Теоретическое занятие

Зависимость от психоактивных веществ:

- социальная
- групповая;
- индивидуальная;
- физиологическая;
- психологическая.

Био-психо-социо-духовная зависимость от ПАВ.

Жизненный стиль человека, зависящего от психоактивных веществ.

4 Теоретическое занятие

Болезни человека, связанные с употреблением наркотиков.

Заболевания, связанные с наркоманией, - ВИЧ и СПИД. Болезни человека, связанные с употреблением табака. Болезни человека, связанные с употреблением алкоголя.

Юридическая и личная ответственность за распространение и употребление ПАВ
Защита себя и других в ситуациях употребления ПАВ.

Методическое обеспечение

№	Тема	Формы занятий	Приемы и методы обеспечения учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, ТСО	Формы подведения итогов по разделам
Модуль профилактики употребления ПАВ					
1	Употребление ПАВ	Беседа. Анкетирование.	Наглядные:	Видео-презентация «Понятие о ПАВ»	Анкетирование

		Групповая дискуссия.	Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем. Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом. Дискуссия Исследовательские: Анкетирование. Коллективно-групповые: Работа в малых группах.	Учебно-методическое пособие к программе «Здоровье» Анкета «Риск» (Александровская Э.М.) Подборка социальных рекламных роликов; Информационный пакет «DrugBox: «Скажи наркотикам «Нет», скажи жизни «Да». Экран, ноутбук, музыкальный центр.	
2	Зависимость от ПАВ Болезнь человека связано с употреблением ПАВ	Беседа Анкетирование Групповая дискуссия	Наглядные: Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем, мультфильмов/видеофильмов Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом Дискуссия Исследовательские: Анкетирование Коллективно-групповые: Работа в малых группах	Анкета «Неизбежный риск употребления наркотических средств» Мультфильм «Вредные привычки» Видеофильмы: «Вся правда о пиве» «Экстази» «Меня это не касается» «Игла» «Дневник баскетболиста» Видео-презентации: «Алкоголь-причины и последствия» «Последствия употребления ПАВ» «Почему человечество курит» Памятка «10 опасностей наркомании» (Журнал «Убереечь от наркотиков детей», октябрь 2013г) Экран, ноутбук, музыкальный центр.	Анкетирование
		.		Памятка «Наиболее типичные	Сочинение-размышление;

				жизненные проблемы, решая которые, подростки становятся наркоманами» Информационный пакет «DrugBox: «Скажи наркотикам «Нет», скажи жизни «Да». Комплекс наглядно-методических пособий «Детство без алкоголя» (Климович В. Ю.). Видеофильм «10 поводов сказать «Нет». Видео-презентации: «Не курить», «Подростковый алкоголизм», «Наркодействительность». Экран, ноутбук, музыкальный центр.	Конкурс рисунков.
3	Ответственность за распространение и употребление ПАВ	Беседа; Анкетирование; Групповая дискуссия; Суд;	Наглядные: Демонстрация видеопрезентаций, иллюстраций и схем, мультфильмов/видеофильмов. Словесные: Ознакомление с теоретическим материалом. Дискуссия. Игровые: Сюжетно-ролевая игра. Исследовательские: Анкетирование Коллективно-групповые: Работа в малых группах;	Уголовный кодекс РФ. Административный кодекс РФ. презентации: «Юридическая и личная ответственность за употребление и распространение ПАВ», «Социальные аспекты рекламы ПАВ». Экран, ноутбук, музыкальный центр. Информация для учащего «Тебе могут предложить наркотики». Видео-презентации: «Как распознать провоцирующее поведение», «Что	Ролики социальной рекламы; Плакаты; Стенгазеты; Социальные проекты воспитанников . Анкетирование .

				такое со зависимость». Эcran, ноутбук, музыкальный центр.	
--	--	--	--	--	--

МОНИТОРИНГ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Показатели	Диагностический инструментарий	Методы сбора информации	Периодично сть	Форма представлени я	Ответствен ные
1. Уровень реабилитации					
Особенности личности	Методика «Тест на самооценку», изучение самооценки личности старшеклассника (Ковалёв С.В.), личностный опросник Томаса К., проективные методики «Нарисуем свой характер», «Несуществующее животное» (М.З.Дукаревич), диагностика уровня притязаний (Рожков), методики «Я – реальное, Я – идеальное»	Диагностика	Входная Срезовая Завершающая	Карта психологическо го сопровождения	Педагог- психолог
Эмоционально- волевая сфера	Шкала тревожности Ч.Д. Спилбергера (адаптация Ю.Л.Ханина), тест школьной тревожности Филипса, диагностика уровня тревожности по методике Е.И. Рогова, диагностика состояния агрессии опросник Басса-Дарки, методики Хэнд-тест	Тестирование	Входная Срезовая Завершающая	Карта психологическо го сопровождения	Педагог- психолог
Когнитивная сфера	Методика «Заучивание 10 слов», методика	Тестирование	Входная Срезовая Завершающая	Карта психологическо	Педагог- психолог

Показатели	Диагностический инструментарий	Методы сбора информации	Периодично сть	Форма представлени я	Ответствен ные
	исследования объёма внимания, изучение типа памяти, методика «Направленность личности».			го сопровождения	
Уровень зависимости	Тест по Фагерстрому	Тестирование, наблюдение	Начало этапа Конец этапа	Карта индивидуальног о сопровождения	Психиатр- нарколог
Мотивационная сфера	Диагностика мотивационной сферы учащихся (М.В.Матюхина), типология мотивов учения «Лесенка побуждений» (А.И. Божевич), «Тест- опросник измерения мотивации достижения» модификация опросника А. Мехрабиана (адаптация М.Ш.Магомед- Эминов)	Анкетирование, тестирование	Начало этапа Конец этапа	Карта психологическо го сопровождения	Педагог- психолог
Интеллектуальна я сфера	Интеллектуальный тест Кеттелла.	Тестирование	Начало этапа Конец этапа	Карта психологическо го сопровождения	Педагог- психолог
Уровень профориентации	Анкетирование «Мир профессий» Дифференциально- диагностический опросник, опросник по выявлению интереса к профессии с учётом цели труда (Климов Е.А)	Анкетирование, тестирование	Срезовая Завершающая	Индивидуальны е карты	Педагог- психолог
2. Здоровье воспитанников.					
Общее состояние физического развития	Диагностика физического развития	Физикальные методы (динамика роста, веса, спирометрии, динамометрии, артериального давление)	При поступлении Срезовой Итоговый	Медицинская карта	Врач-педиатр

Показатели	Диагностический инструментарий	Методы сбора информации	Периодичность	Форма представления	Ответственные
Уровень физической подготовки воспитанников	Программа наблюдений за ходом спортивных занятий и мероприятий	Посещение занятий	Входная Срезовая Завершающая	Аналитическая справка	Врач-педиатр, Инструктор по физкультуре
Уровень соматического здоровья	Общий соматический статус наличие острых и хронических заболеваний	Анализ медицинских карт	Входная	Индивидуальные карты	Врач-педиатр
Клинические особенности зависимости	Стаж употребления ПАВ; Характер ПАВ; Особенности протекания заболевания	Опрос; Интервьюирование.	Весь период реабилитации	Индивидуальные карты	Врач-педиатр
3. Результаты воспитательной деятельности					
Уровень развития навыков социально-одобряемого поведения	Бально-рейтинговая система	Метод обобщения независимых характеристик	Ежедневно	Таблица баллов	Вожатый, воспитатель
Уровень развития навыков социально-одобряемого поведения	Карта стандартизированного наблюдения	Метод стандартизированного наблюдения	Еженедельно	Карта стандартизированного наблюдения	Вожатый, воспитатель
Портфолио воспитанника	Индивидуальный маршрутный лист	Индивидуальная работа с портфолио	На протяжении всего периода смены	Презентация портфолио	Вожатый, воспитатель

Технологии обработки и система оценивания полученных данных.

При выборе диагностических методик использовались следующие критерии:

- валидность;
- технологичность (возможного быстрого поведения и обработки результатов);
- возможность переводов качественных показателей в количественных и наоборот;
- адаптированность методик к возрастным и другим особенностям подростков.

К методам обработки относятся:

- математические;
- компьютерные;

- интерпретационные.